

COAC

Published on *COL·LEGI D'ARQUITECTES DE CATALUNYA* (<https://arquitectes.cat>)

[Home](#) > Ven al COAC el 5 de noviembre a #darsangre

Ven al COAC el 5 de noviembre a #darsangre ^[1]

DONA EL MILLOR DE TU DONA SANG

© Banc de Sang i de Teixits

**Published:
23 October 2018**

El Colegio de Arquitectos de Cataluña se suma a las campañas de donación de sangre impulsadas por el **Banco de Sangre y de Tejidos** [2].

El próximo **lunes 5 de noviembre** podréis venir de **10 a 14 h** a la sede del **COAC en Barcelona** y hacer vuestra aportación a la campaña ?Da lo mejor de ti. Da sangre?.

Dispondréis de un espacio habilitado en la Biblioteca del COAC (calle Arcs, 1-3, 3ª planta).

Tú también puedes dar sangre

La donación de sangre es un **acto solidario y de participación ciudadana** [3] que requiere de tan solo 20 minutos para el donante y supone la vida para muchos pacientes. En el mundo cada día hay 310.000 donaciones de sangre, de las cuales 1.000 son en Cataluña y 6.000 en todo el Estado español.

A pesar de las donaciones, actualmente **los niveles se encuentran entre los 4 y 8 días** [4]. Así, con campañas como la que se llevará a cabo en el COAC se quiere contribuir a situar las reservas de sangre en el nivel óptimo, entre 10 y 12 días.

¿Quién puede dar sangre?

- Si tienes entre 18 y 70 años y pesas más de 50 kilos
- Aunque hayas sufrido hepatitis antes de los 12 años
- Aunque no estés en ayunas
- Aunque tengas el colesterol elevado
- Aunque tomes alguno de los medicamentos más frecuentes

Consulta las **recomendaciones y motivos de exclusión para donar sangre** [5] y, si podéis dar sangre, os animamos a que vengáis el día 5 de noviembre al COAC. Recordad traer un carnet de identificación y no venir en ayunas.

Por otro lado, si estáis interesados en dar sangre pero el 5 de noviembre no podéis venir a la sede del COAC, podéis consultar el **calendario de recogida** [6] de los próximos días. [7]

Source URL: <https://arquitectes.cat/en/node/30454>

Links

[1] <https://arquitectes.cat/en/node/30454>

[2] <https://www.bancsang.net/>

[3] https://www.arquitectes.cat/ca/system/files/users/127/donar_sang.pdf

[4] <https://www.donarsang.gencat.cat/ca/>

[5] https://www.arquitectes.cat/ca/system/files/users/127/recomanacions_requisits_donar_sang.pdf

[6] <https://www.donarsang.gencat.cat/ca/vull-donar/calendari-de-recollida/>

[7] <https://www.donarsang.gencat.cat/ca/vull-donar/>